बालकांसाठी ऑनलाइन सुरक्षाविषयक टिप्स

पॅन इंडिया
साइबर वेलनेस हेल्पलाइन
७३५३१०७३५३

info@responsiblenetism.org
www.responsiblenetism.org

तुम्ही ऑनलाइन माध्यमांवर सुरक्षित आहात, असे तुम्हाला वाटते का?

ऑनलाईन माध्यमांवर जबाबदारीने वागण्यासाठी सुरक्षाविषयक टिप्स:

- तुम्ही वापरत असलेल्या ऑनलाईन प्लॅटफॉर्मसाठी वयाची पात्रता समजून घ्या
- सोशल मीडिया आणि गेमिंग प्लॅटफॉर्मच्या गोपनीयता मार्गदर्शक तत्त्वांचे अनुसरण करा
- ऑनलाइन गेम निवडण्यापूर्वी **www.pegi.info** किंवा **www.esrb.org** वर जाऊन गेमचे रेटिंग आणि कंटेंट तपासा
- अनोळखी किंवा असत्यापित स्त्रोतांकडून गेम किंवा कंटेंट डाउनलोड करणे टाळा
- गेमिंग किंवा सोशल मीडिया प्लॅटफॉर्मवर सायबर बुलिंग कंटेंट ओळखण्यास शिका आणि प्रभावीपणे तक्रार करा
- लक्ष वेधून घेण्यासाठी बेकायदेशीर खेळ खेळणे किंवा आव्हाने स्वीकारणे आणि त्याबद्दल बढाया मारणे चांगले नाही, हे लक्षात ठेवा
- अफवा पसरवू नका, त्या अधिक भीतीचे वातावरण पसरवतात आणि हानी पोहोचवतात
- स्वतःवर नियंत्रण ठेवायला शिका आणि योजना आखून तुमचा स्क्रीन-टाइम कमी करा
- नाव, पत्ता, जन्मतारीख, संपर्क इत्यादी वैयक्तिक तपशील कधीही ऑनलाइन शेअर करू नका
- तुमची भाषा, मीम्स, व्हिडिओ आणि तुम्ही पोस्ट करत असलेला कंटेंट याबाबतीत संवेदनशील रहा
- कोणत्याही आक्षेपार्ह मजकुराविरुद्ध तुमचा आवाज उठवा. तुम्हाला जे अयोग्य वाटत असेल, अस्वस्थ करत असेल त्याचा विरोध करा. "नाही" म्हणण्याची हिंमत तुमच्यात आणा
- कोणत्याही व्यक्तीमुळे, गेममुळे किंवा ऑनलाईन क्रियांमुळे तुम्हाला भीतीदायक, अस्वस्थ, घाबरवून टाकणारे, लज्जास्पद किंवा गोंधळलेले वाटता कामा नये
- जेव्हा तुम्हाला एखादी आक्षेपार्ह घटना “मोठ्यांना सांगू नका” असे कुणाकडून सांगितले जाते, तेव्हा तुम्ही ती घटना/ बाब तुमच्या पालकांना किंवा शिक्षकांना आवर्जून सांगितली पाहिजे. ती शेअर करणे आवश्यक आहे
- लक्षात ठेवा, सोशल मीडिया केवळ 13+ वयोगटासाठी कायदेशीर आहे
- इतरांचे अकाउंट्स किंवा वायफाय हॅक करणे, बनावट खाती तयार करणे हे सायबर गुन्हे आहेत
- त्रास देण्याच्या उद्देशाने कोणाचा तरी ऑनलाइन पाठलाग करणे हा सायबर गुन्हा आहे
- त्रास देण्याच्या उद्देशाने फोटो आणि व्हिडिओ मॉर्फ करण्यासाठी साधने वापरणे हा देखील सायबर गुन्हा आहे
- कोणाही बरोबर आक्षेपार्ह कंटेंट / अयोग्य चित्रे / व्हिडिओ मागणे, दाखवणे (नग्न / अर्धनग्न) किंवा शेअर करणे हा गंभीर सायबर गुन्हा आहे
- जर तुम्हाला तुमच्या मित्र-मैत्रिणींमध्ये धोक्याची लक्षणे किंवा ऑनलाइन धमक्यांचे प्रकार आढळून आले, तर त्यांना प्रोत्साहन किंवा पाठींबा देऊ नका. त्यांना थांबवा, विरोध करा आणि त्यांच्या गैरवर्तनाची तक्रार करा

स्वत: ची हानी करण्याचा प्रयत्न करू नका, तुमचे जीवन मौल्यवान आहे, तुम्ही जसे आहात तसे तुमच्या पालकांचे तुम्ही प्रिय आहात. विश्वासू प्रौढ व्यक्ती किंवा समुपदेशकाशी संपर्क साधा, तुमच्या भावनांबद्दल बोला

सोशल मीडियासाठी कायदेशीर वय:

व्हाट्सअँप	१६ वर्षे
इंस्टाग्राम	१३ वर्षे
यूट्यूब	१३ वर्षे
डिस्कॉर्ड	१३ वर्षे
रेड्डीट	१३ वर्षे
फेसबुक	१३ वर्षे
स्नॅपचॅट	१३ वर्षे

गेमिंगचे नियम आणि त्याबाबतची मार्गदर्शक तत्त्वे:

- बँकिंग कार्ड लिंक करू नका, पैशांनी खेळणे टाळा
- पालकांच्या संमतीशिवाय गेममधील कोणत्याही गोष्टीची खरेदी करू नका
- गेम खेळण्यापूर्वी गेमचे नियम लक्षपूर्वक वाचा
- धमक्या देऊन कुणावर दबाव आणू नका आणि इन-गेम ऑफर्सच्या मोहात पडू नका
- डिस्कॉर्डवर तुम्ही कोणाशी कनेक्ट आहात ते सत्यापित (verify) करा
- सोशल मीडियावर अनोळखी व्यक्तींसोबत डिस्कॉर्ड लिंक शेअर करू नका
- मल्टीप्लेअर्स गेम तुमच्या ओळखीच्या लोकांसोबतच खेळा. अनोळखी लोकांसोबत खेळू नका किंवा अनोळखी लोकांना सहभागी करून घेऊ नका

वयानुरूप ऑनलाइन गेम:

ROBLOX	७ वर्षे
MINECRAFT	७ वर्षे
AMONG US	९ वर्षे
FREE FIRE	१२ वर्षे
LEAGUE of LEGENDS	१२ वर्षे
HEARTHSTONE HEROES OF WARCRAFT	१२ वर्षे
FORTNITE BATTLE ROYALE	१२ वर्षे
FORTNITE	१२ वर्षे
DOTA 2	१३ वर्षे
WORLD OF WARCRAFT	१३ वर्षे
PUBG	१६ वर्षे
CS GO COUNTER-STRIKE GLOBAL OFFENSIVE	१६ वर्षे
APEX LEGENDS	१६ वर्षे
grand theft auto	१८ वर्षे
CALL OF DUTY WARZONE	१८ वर्षे
TOM CLANCY'S RAINBOW SIX SIEGE	१८ वर्षे

रेटिंग ESRB आणि PEGI

तांत्रिक टिप्स:

- प्रत्येक ॲप, सोशल मीडिया प्रोफाइलसाठी गोपनीयता सेटिंग्ज म्हणजेच प्रायव्हसी सेटिंग फॉलो करा आणि अनोळखी व्यक्तीच्या ॲक्सेसला प्रतिबंध करा
- तुमचे वय 13 वर्षांखालील असल्यास तुमचे डीफॉल्ट ब्राउझर म्हणून **kiddle.com** आणि **YouTubeKids** वापरा
- प्रत्येक ऑनलाइन अकाऊंट्ससाठी वेगवेगळे कठीण पासवर्ड वापरा, ते नियमितपणे बदलत जा
- अधिकृत असलेले आणि अपडेट केलेले ॲंटी-व्हायरस सॉफ्टवेअर वापरा
- अनोळखी लोकांच्या डिव्हाईसेस वरून किंवा मोफत वाय-फायवरून सोशल मीडिया अकाऊंट किंवा बॅंकिंग अकाऊंट उघडणे टाळा
- प्रत्येकवेळी तुमची ऑनलाइन अकाऊंट्स लॉग आउट करण्याचे लक्षात ठेवा. गरज नसेल तेव्हा वाय-फाय, ब्लूटूथ आणि जीपीएस बंद करा
- **"https"** असलेल्या URL च नेहमी सुरक्षित असतात हे लक्षात ठेवा. अनोळखी लिंक उघडू नका. URL सत्यापित करा
- जे गरजेचे असतील तेच ॲप्स तुमच्या डिव्हाइसवर इंस्टॉल करा आणि इंस्टॉल करण्यापूर्वी त्यांचे नियम व अटी लक्षपूर्वक वाचा
- तुमच्या ऑनलाइन अकाऊंट्समध्ये इतर कोणालाही प्रवेश देऊ नका किंवा आणि इतरांना चालवायला देऊ नका

QR कोडे स्कॅन करा, सोशल मीडिया प्लॅटफॉर्म्स वर रिपोर्टींग करायला शिका :

व्हाट्सॲप

https://faq.whatsapp.com/408155796838822/?locale=en_US

स्नॅपचॅट

https://support.snapchat.com/en-US/a/report-abuse-in-app

डिस्कॉर्ड

https://discord.com/safety/360044103651-reporting-abusive-behavior-to-discord

इंस्टाग्राम

https://help.instagram.com/2922067214679225

यूट्यूब

https://support.google.com/youtube/answer/2802027?hl=en&co=GENIE.Platform%3DAndroid

फेसबुक

https://www.facebook.com/help/1380418588640631?helpref=hc_fnav

महत्त्वाचे संपर्क:

राष्ट्रीय साइबर अपराध हेल्पलाइन - १९३० | www.cybercrime.gov.in

रिस्पॉन्सिबल नेटिझम

साइबर वेलनेस हेल्पलाइन ७३५३ १० ७३५३

info@responsiblenetism.org | www.responsiblenetism.org

आपत्कालीन परिस्थितीत, शाळेचे मुख्याध्यापक, शिक्षक किंवा शाळेच्या समुपदेशकाशी संपर्क साधा